四庫全書

子部

欽定四庫全書

子部

普濟方卷二百五十八

詳校官太醫院吏目臣宋 桂

編修臣倉聖脈覆勘

總校官中書臣朱 鈐

校對官中書臣范來宗

謄録監生臣左熙世

普濟方卷二百五十八　明　周王朱橚　撰

食治門

食治霍亂附論

夫陰陽不順清濁相干氣射中焦名為霍亂也皆為飽食豚膾復啖乳酪海陸百品無所不飡多飲寒漿眠卧冷席風冷之氣傷於脾胃中諸食結而不消陰陽二氣壅而反戾陽氣欲昇陰氣欲降陰陽交錯變成吐利而

已百脉昏亂榮衛俱虚冷搏於筋則令轉筋宜以食治之也

方

訶梨勒粥方　治霍亂不止心胃煩悶

訶梨勒皮半兩　生薑一兩切　粳米二合

右以水三大盞煎訶梨等取汁二盞去滓下米煑粥不計時候食之

高良薑粥方　治霍亂吐利腹痛等疾

良薑一兩剉 粳米二合

右以水三大盞煎良薑取二盞半去滓下米煑粥食之

蠟粥方　治霍亂後氣脫虛羸或瀉不止

黃蠟五錢 粳米三合細研

右先以水煑粳米作粥臨熟次下蠟更煑臨蠟清溫服之

食治五噎附論

夫五噎者一曰氣噎二曰憂噎三曰食噎四曰勞噎五曰思噎由陰陽不和三膲膈絶津液不利氣不調理之所至也此皆憂恚嗔恐氣結在於心胃不得通變是以成噎宜食治之也

方

烏雌鷄切麵羮方　治五噎飲食不下胃中結寒瘦弱無力

烏雌鷄一隻治如食法　白麵四兩　桑根白皮末三分　赤茯苓三分

末　桂心末一分

右二味末入麵中以水煑桑根白皮湯溲麵切入豉中煑熟與鷄肉調和一如常法食之

羊肉索餅方　治五噎胃膈妨寒飲食不下瘦弱無力

羊肉四兩炒作臛　白麵半斤　生薑一合　陳橘皮一分湯浸去白焙

右以橘皮末及生薑汁和麵作索餅於豉汁中煑熟入臛食之良

黄雌鷄臛索餅方　治五噎飲食不下胃膈妨寒瘦弱

無力

黃雌雞一隻去毛腸炒作臛 白麪半斤 桂心末一分 赤茯苓末一分

右以桂心等麪和末作索餅於豉汁中煑入臛食之

治氣噎方

蜜半斤 酥三兩 生薑汁一合

右相和以微火煎如稀湯每於酒中調一匙服之或空食亦佳

桂心粥方 治胃膈痰氣壅結食飲不下如似鯁噎

桂心三分 赤茯苓一兩 桑根白皮二兩

右細剉以水三大盞煎至二大盞半去滓下粳米二合煮作粥食之

治噎病不下食方

舂杵頭細糠半合 白麵四兩

右相和溶作餛飩於豉中煮食之

治噎不下食方

右用崖蜜每於粥中化半匙食之

又方

右用老牛噍沫如棗許大置稀粥中飲之終身不復噎矣勿令患人知

食治反胃嘔吐

方

粳米粥方 治反胃羸瘦四肢婁弱

粳米一合淘 薤白七莖細切 豉二十五粒 枳殻去瓤為末一分 生薑汁半合 大棗二枚劈破 陳橘皮去白焙乾為末一分

右除薤白米外以水三盞先煎除藥至兩盞去渣下薤米與煑以熟為度空腹任意食之

羊肚方 治反胃食

羊肚一枚淨洗 陳橘皮湯浸去白切二兩 豉半斤 葱白十莖切 鹽少許

右將四味貯入羊肚内以繩繫頭煑熟去藥拌將羊肚細切任意食之

猪肚羮方 治嘔吐

猪肚一枚淨洗去脂膜 人參一兩 陳橘去白細切三分 生薑去皮細切一兩

蘆根細切半兩

右以水一斗煮蘆根至七升去滓次用人參等三味貯在猪肚中以線縫合再用蘆根汁煮令爛熟去藥滓將猪肚細切作羮任意食之餘汁勿棄作三五次欲盡

生薑粥方　治反胃嘔吐不下食

生薑去皮細切研一兩　枇杷葉拭去毛炙七片為末

右以水二升煎至一升去滓用白粳米一合煮粥更

入鹽醬汁五味等空心溫食之

人參粥方　治反胃吐酸水

人參半兩為末 生薑取汁半兩

右以水二升煑取一升入粟米一合煑為稀粥覺飢食之

撥粥方　治反胃羸弱身不能動氣泛醋心亦治赤白痢及水痢

生薑三兩研取汁 白麵四兩

右以薑汁和麪作撥粥煑食之

羊肉生湯 治反胃朝食夜吐夜食朝吐諸藥不差

羊肉（去脂膜切作生五兩） 大蒜（去皮細研一顆）

右先將蒜入鹽醋蘸羊生空腹任意食之

薄荷餺飥方 治反胃朝食暮吐

紫薄荷（新者一握搗取汁） 麪（四兩）

右和作餺飥煑熟空腹食之

羊肝方 治反胃食畢即吐出

羊子肝一具切為條 硇砂五錢取霜

右調和令勻以竹杖穿炙空腹食之一方無硇砂生切羊肚五味調

又方

右用蝟皮一枚炙令焦為末先以水二盞菉豆煮粥續入蝟皮末一錢和服之

又方

右用蒼茸不限多少嫩者端午日取煮熟作菜茹食

治反胃

右用糯米半升裹流水擺取清暴乾燒為末砂糖溶令和旋吃立止

食鷄子法　治反胃飲食不進

附子一个（炮去皮臍）鷄子（三个）

右先將附子為粗末同水二碗煑鷄子水進為度然後取鷄子温水洗去殼令病者旋食之

烏鷄法　治結腸翻胃飲食入腹經宿則吐食粒不化

天南星三个極大者切作三片

右以純烏鷄一隻去腸并毛內南星在內以繩縛定用紅酒三升煑乾為度去南星不用取鷄食以人參末半兩調温酒送下次用糯米壓之然後以平胃散多加薑棗煎神

食治煩熱附論

夫心煩者由陰陽更虛陰氣偏少陽氣暴勝故也亦有風熱相搏風毒攻心煩燥悸憒狂言失志宜食治之

方

生地黄粥方　治心膈虚燥煩渴不多飲食小便赤澀

生地黄一合　生薑汁半合　粳米二合　淡竹瀝二合　蜜一合

右將水煑粥熟下地黄薑汁煑令熟次下蜜并竹瀝攪轉食後良久或臨卧食

藕實羹方　治煩熱去渴補中養神益氣除百疾令人心神娱暢

藕實三兩新嫩者　甜瓜皮四兩切　蓴菜四兩切

右以豉汁相和作羹調和食之

鷄子羹方　治心下煩熱止渴

鷄子三枚　蓴菜一斤半　淡竹笋四兩去皮切

右以豉汁中相和作羹臨熟破鷄子投入羹中食之

黑豆羹方　治壅毒攻心煩燥恍惚

黑豆三合　淡竹葉五十片　枸杞莖葉五兩切

右以水二大盞煮二味取一大盞去滓下枸杞葉煮熟入五味作羹放温食之

寒水石粥方　治心下煩熱多渴恍惚

寒水石二兩搗碎　粳米一合　牛蒡根四兩切

右以水四大盞煎至二盞半去滓下米煑粥食之

茯神粥方出聖惠方　治心胸結氣煩熱或渴狂言驚悸

茯神一兩　羚羊角屑五錢　粳米二合

右擣細羅為麪與米同煑為粥食之

藿葉根方出聖惠方　治氣壅煩熱或渴

藿葉一斤切　葱白一握切

右以豉汁中煑調和作羮食之

滑石粥方出聖惠方治膈上煩熱多渴通利九竅

滑石二兩碎　粳米二合

右以水三大盞煎滑石至二盞去滓下米煑粥温食之

酸棗仁粥方出聖惠方治心臓煩躁不得睡卧

酸棗仁一兩搗為末　粳米二合

右煑米作粥臨熟下酸棗仁末半兩攪匀食之

玉屑飯方出聖惠方 治胸中伏熱心煩燥悶口乾氣逆

粱米飯一盞 菉豆四兩研

右將飯散粉內拌令勻入湯內煑令熟用豉汁和食之

菘菜羹方出聖惠方 通利腸胃除胸中煩熱解酒毒

右用菘菜二斤煑作羹淡食之作虀食亦妙

葛粉粥方出聖惠方 治胸中煩熱或渴心燥

葛粉四兩 粟米半升

右以水浸粟米經宿來日漉出與葛粉同拌令勻煑粥食之

食治久新咳嗽附論

夫五臟六腑皆有嗽而肺最多然肺居四臟之上外合毛皮皮毛喜受風冷故肺獨易為嗽也寒氣客於肺則寒熱上氣喘急汗出胸滿喉鳴多痰唾面目浮腫故謂肺嗽也肝嗽者其狀左脇下痛甚則不能轉側心嗽者其狀嗽而心痛喉中介介如鯁狀甚則咽腫脾嗽者其

狀右脇痛㾬㾬引於背甚者則不可轉動則嗽劇腎嗽者其狀腰背相引痛甚則欬逆此皆由風寒冷熱所傷或飲食不節所至宜以食治之也

方

灌藕方（出聖惠方）益心潤肺治胸膈煩燥除欬嗽

生藕（五挺大者）生百合（二兩）生薯藥（三兩）白茯苓末（三兩）棗（三七枚去皮核）生天門冬（三兩去心細切）麵（四兩）牛乳（二升）蜜（六合）

右將百合薯藥天門冬爛研如蜜更取細次入棗肉

次入茯苓次右先以酥微炒葱入粳米二合用水依尋常煑粥令稍稀空心服末差更作黄牛乳亦可

豆蔻粥方出聖濟總録 治傷寒後脾胃虗冷嘔逆不下食

肉豆蔻去殻一枚另作末 粳米淨洗二合

右先將粳米如常煑作稀粥後下肉豆蔻末攪勻頓服

食治虗損羸附論

夫血氣者所以榮養身也虗損之人精液萎竭氣血虗

弱不能充盛肌膚故令人羸瘦宜以飲食補益也

方

灌腸方出聖惠方治虛損羸瘦精姜不能飲食宜喫

大羊腸一條　雀兒胷前肉三兩細切　肉蓯蓉半兩細切酒浸　附子一錢末　乾薑一錢末　兎絲子二錢末　胡椒末一錢　漢椒末一錢

糯米二合　鷄子白三枚

右將肉米并藥末和拌令匀入羊腸内令實繫腸頭煑令熟稍冷切作餡子空心食之

羊腎餺饠方出聖惠方治下焦虛損羸瘦腰膝疼腫或多小便

羊腎兩對去脂膜細切　附子五錢炮裂去皮臍搗羅為末　乾薑一分炮裂搗末

肉蓯蓉一兩酒浸一宿剖去皺皮搗末　胡椒一錢搗末　麵三兩　大棗七枚煮熟去皮核研為膏

右將藥并棗及腎等拌和為餺饠餡溲麵作餺饠以數重濕紙裹於糠火中煨令紙焦藥熟空腹食之良久宜食三兩匙温水飲壓之

藥肉粥方出聖惠方治虛損羸瘦駐顔色或女人産後虛羸等疾

羊肉二斤當歸剉微炒白芍藥五錢熟乾地黄五錢黄耆五錢生薑一分切粳米三合

右以精肉留四兩細切餘一斤十二兩先以水五升并藥煎取汁三升去滓下米煮粥欲熟入生肉更煮令熟用五味調和空心食之

雀兒藥粥方出聖惠方治下元虛損陽氣衰弱筋骨不健

雀兒十枚剥去皮毛剉碎　兎絲子一兩酒浸二宿曝乾別擣末　復盆子一兩

五味子一兩　枸杞子一兩　粳米二合　酒二合

右搗羅為末將雀肉先以酒燒入水二大盞次下米煑粥欲熟下藥末五錢攪轉入五味調和令匀更煑

熟空心食之

耆婆湯方出聖惠方　主大虚風冷羸弱無顔色

酥一斤　生薑汁一合　薤白三握去鬚切　酒三升　蜜一升　熟油一升　川

椒三合去目閉口者微炒　胡麻仁一升研爛　橙葉二握　豉一升　糖一升

右先以酒浸一宿絞去滓內酒入銀器中次入酥蜜油糖薑汁等煎令沸下椒撜葉胡麻慢火煎候薤白黃赤色即濾去滓收瓷盒中每日空心燒服一合

猪肚方出聖惠方補虛羸乏氣力

肥大猪肚一枚淨洗如食法　人參二兩去蘆頭　乾薑一兩炮裂剉　椒半兩去目及閉口者炒去汗　葱白七莖去鬚　粳米三合一作白粱米

右擣篩入米合和相得內猪肚中縫合勿令洩氣以水五升入鐺內微火煑令爛熟空腹食之次煖酒一

中盞飲之一方無下少飯

白蜜煎丸出聖惠方補虛羸瘦弱乏氣力

白蜜二升 臘月猪肪一升去膜 胡麻油半升微熟 熟乾地黄末一升

右合和以銀器中重湯令可丸下之丸如梧桐子大每服以溫酒下三十丸日三服稍加以知為度久服令人肥充好顏色

煎猪肪出聖惠方治大虛羸困極宜服

右用猪肪不中者半斤入葱白一莖於銚子内煎令葱黄色即止候冷煖如人體空腹服頓服之令盡煖搨卧覆蓋至日晡後乃食白粥稀糜過三日後更宜

加服羊肝羮方

羊肝一具去筋膜細切　羊脊寅肉二條細切　麯末一兩　枸杞根五斤剉以水一斗五升煑取四升去滓

右用枸杞根汁煎前羊肝等令爛入豉一中盞葱白七莖切以五味調和作羮服空腹飽食之後三日慎

食如上法

羊脊羹方　治下元久冷反骨蒸羸瘦不下食

白羊脊骨一具全者椎碎　羊髓兩具碎之　羊腎一對

右用粱米一合水四升煎骨熟入羊腎一對再煎候熟取去濾過將腎切入葱白五味如常羹食下米作粥亦可

骨汁煑索餅方出聖惠方　治虛損羸瘦下焦反冷眼昏耳聾

大羊尾骨一條以水五大盞煑取汁二盞半　葱白七莖去鬚切　陳橘皮

一兩湯浸去白瀼焙 荆芥一握 麪三兩 羊肉四兩細切

右都用骨汁煑五七沸去滓用汁少許溲麪作索餅

却於汁中與羊肉煑入五味空腹食之

羊肉粥方出聖惠方 治虚損羸瘦助陽壯筋骨

羊肉二斤 黄耆一兩剉 人參一兩去蘆頭 白茯苓一兩 棗五枚 粳米二合

右先將肉去脂皮取精者内留四兩細切餘一斤十

二兩以水五大盞幷黄耆等煎取汁三盞等去滓入

米煑粥臨熟下切了生肉更煑入五味調和空心食之

黄耆粥方出聖惠方治虛損瘦弱益氣力除腸風

黄耆剉三兩人參一兩去蘆頭白茯苓一兩生薑五錢白粱米三合桑根白皮一兩剉

右細剉和勻每用藥二兩以水三大盞入棗五枚煎取一盞去滓下米煑粥空腹食之

蓯蓉粥方出聖惠方治久積虛冷陽氣衰微

白羊肉四兩切 肉蓯蓉一兩水洗切 粳米三合 鹿角膠炒燥三分

葱白切七莖 鷄子二枚

右以五味汁中煑粥臨熟下膠鷄子空腹食之

羊腎粥方出聖惠方治虚損羸瘦

羊腎一對去脂膜切 肉蓯蓉一兩酒浸一宿刮去皺皮切 葱白三莖去鬚切

薤白七莖去鬚切 粳米一合

右先將羊腎及蓯蓉入少酒炒後入水二大盞半入

米煑之欲熟次下葱白薤白煑作粥入五味調和空

腹食之

羊脊骨粥方出聖惠方治虚損羸瘦乏力益精氣

羊連尾脊骨一握肉蓯蓉一兩酒浸一宿刮去皺皮兎絲子一分酒浸三日曝乾別搗末葱白三莖去鬚切粳米三合

右剉碎脊骨水九大盞煎至三大盞去滓將骨汁入米并蓯蓉等煑粥熟入葱五味調和候熟即入兎絲子末及酒二合攪轉空腹食之

蓯蓉羊腎粥方出聖濟總録治腎勞風虚面色黄黑鬢髮焦

乾

肉蓯蓉一兩五錢酒洗去土　羊腎一具去脂膜細切　羚羊角屑二兩　磁石燒赤醋碎擣爛　薏苡仁各三兩

右羊腎磁石薏苡仁外剉細為三服每服水二升半煎至二升去滓下磁石薏苡仁各一兩半腎一具煑粥空心任意食之

羊腎羹方出聖惠方　治羸瘦虛損陽氣衰弱腰疼無力乃令人肥健

白羊腎一對去脂膜切 肉蓯蓉一兩酒浸一宿刮去皺皮切 葱白二莖去鬚切 羊肺三兩切

右並於豉中煑入五味作羮空腹食之

黄雌鷄粥方出聖惠方 治虚損益氣壯筋骨去膀胱積冷補腎氣

黄雌鷄一隻未周年者制之如法以水五升煑取汁一升 杏仁十枚湯浸去皮尖雙仁 熟乾地黄三兩剉碎與杏仁同研用酒三合研絞取汁 粳米三合

右每用鷄汁二大盞半和米煑粥欲熟下地黄杏仁

等更煑令熟空心食之

肉蓯蓉臛方 出聖濟總録 治臟腑虛損四肢之弱不欲飲食

肉蓯蓉 一兩酒浸一宿刮去皺皮 葱白 三莖去鬚切 糯米糁 一兩 羊肉 三兩

右將蓯蓉羊肉細椄和米糁及葱都依尋常煑法作羮着鹽醋椒醬五味和空腹食之

猪肚糜方 出聖濟總録 治虛損

猪肚腎 各一具去脂膜 人參 麥門冬 三分去心 地骨 白皮三兩

右除肚腎外細剉用綿裹與肚腎同入水一斗煑熟棄藥取肚腎肉汁中入葱白一莖細切粳米一升用微火煑熟隨意飲汁食肉

補藥羊肝方出聖惠方

羊肝一具細切 羊脊膂肉一條細切 陳麯末三兩 枸杞根五兩切以水一斗二升煑取九升去滓

右以枸杞根汁重煎令沸次入肝肉麯末并葱豉汁調和漸煎如稠分作三分空腹食之

枸杞羮方出聖濟總録　治羸瘦虚勞

枸杞一斤　羊腎一對切　羊肉三兩切　葱白七莖切

右以五味汁煑作臛空腹食之

猪腎羮方出聖濟總録　治諸虚羸益氣

猪腎一對切　枸杞葉一斤切　葱白十四莖切　猪脊膂一條去脂膜切

右以五味汁作羮空腹食之

雀兒粥方出聖惠方　治臟腑虚損羸陽氣之弱

雀兒五隻治如食法細切　粟米一合　葱白三莖切

右以炒肉次入米一合煑用水二大盞半煑作粥欲熟下葱白五味等候熟空心食之

椒腎羹方出聖惠方治下焦虛損久冷

漢椒二十粒去目及閉口者酒浸一宿　白麵三兩　羊腎一對去脂膜細切

右取椒麵肉拌勻熱水中下並羊腎煑熟入五味調和作羹空腹食之

鷄子索餅方出聖惠方治虛損羸瘦令人肥白光澤

白麵四兩　鷄子四兩　白羊肉四兩炒作臛

右以鷄子清溲作索餅於豉汁中煑令熟入五味臛空腹食之

人參煑羊肉法出聖濟總録　治勞補益

人參一兩　枸杞白皮三兩　肉蓯蓉酒洗去土三分

右細剉先以水三升浸藥經兩宿煎之去滓取汁一升細切葱白一握鹽少許同羊肉半斤豉一合於藥汁中和勻入羊肚内從五更初煑至平旦細切食之至飽不盡續食之

補腎羹方出聖濟總録治勞虚損精氣絶竭

羊腎一雙去脂切　葱白一分切　生薑一分切

右細切羊腎入五味葱薑如常法作羮食之

食紫菊法出聖濟總録治虚勞補益

右用正月已後五月已前採黄花紫莖菊葉食之九月內採花陰乾擣末酒粥羮任意食之

澤瀉羹方出聖濟總録治虚勞補益

右用生澤瀉花葉切五兩以水三升煮至一升半去

淨滓下半肚葱豉等於汁中煮香熟任意食之老羊肚乃佳

薏苡餅方出聖濟總録　治虛勞補益

右用薏苡仁熟水淘擣羅如作米粉法以棗肉乳汁相拌和作團如蒸餅大依法蒸熟隨性食之夏月用米粉不得留經宿恐酸壞一方同羊肉作羹如常法用葱豉等熟食之

苣勝粥方出聖惠方　治五臟虛瘦羸損益氣力堅筋骨填骨

髓

右用苣勝子不限多少揀去雜蒸暴各九遍每取二

三合用湯浸布裹挼去皮再研水濾汁煎成飲著好

粳米煑作粥食之或煎濃飲澆索餅食之甚佳

枸杞煎方出聖惠方有人頻遭重病虛羸不可平服宜服

生枸杞根細剉一斗以水五升煑取一斗五升沉清白羊脊骨一具細剉

右以微火煎取五升去滓收瓷盒中每取一合酒一

小盞合煖每於食前溫服

食治五勞七傷附論

夫人有五勞七傷一曰志勞二曰思勞三曰心勞四曰憂勞五曰瘦勞蓋五勞則傷於五臟也凡人憂愁思慮則傷心髮燥而面無精光也形寒飲冷則傷肺氣促欬逆也恚怒氣逆上而不下則傷肝目暗筋骨攣痛也飲食勞倦則傷脾吐逆食少不成肌膚也久坐濕地强力入水則傷腎腰脚重疼行履不任也此則五勞証候也七傷者是傷五臟六神故也肝藏魂肺藏魄心藏神脾

藏意與智腎藏精與志此為七神也且五臟以七神而為主主若無臟如人無室臟若無神如室無人以此比之大可知也今言七傷者一曰陰衰二曰精清裏急三曰精少四曰精消陽事不興五曰小便苦數囊下濕痒六曰胸脇苦痛也七曰陰寒兩脛厥此皆臟腑虛損表裏受敵肌虛筋骨不榮故曰五勞七傷之病也宜以食調適之

方

藥餅方出聖惠方治五勞七傷下焦虛冷小便遺精宜食唉

腰腎壯陽道

附子一兩炮裂去皮臍 神麯三兩炒 乾薑一兩炮裂剉 肉蓯蓉一兩酒浸一宿刮去皮炙乾 桂心一兩 五味子一兩 兎絲子酒浸三日暴乾擣為末一兩 白麪一升 黄牛乳一升半 羊髓三兩 棗二十枚煑去皮核 漢椒半兩去目及閉口者微炒去汗 酥二兩 蜜四兩

右擣羅為散入麪與酥蜜髓乳相和入棗穰熟溲於盆中蓋覆勿冷通氣風半日久即將出更溲令熟擀

作糊大麵以上以筋子縫之即入爐鏊中上下以火

煿令熟每日空腹食一斫入醋和麵更佳

釀猪肚方出聖惠方治五勞七傷羸瘦虛弱

豶猪肚一枚洗淨去脂 人參一兩去蘆頭 杏仁一兩去皮尖研 白茯苓一兩 陳橘皮半兩湯浸去白穰焙 乾薑一分炮裂 蕪荑一分 漢椒一分去目及閉口者微炒去汗 蒔蘿一分 胡椒一分 黄牛酥一兩 糯米五合淘 折看肚大小臨時加減 大棗二十一枚去核切

右搗羅為末每用藥一兩入酥棗杏仁米等相和令

匀入肚内以麻線縫合即於甑内蒸令熟切作片空心漸漸食之

藥髓餅子方出聖惠方治五勞七傷腎氣虚弱腰脚疼痛小便遺瀝

乾薑一分炮裂剉　漢椒半兩去目及閉口者微炒去汗　桂心一分　附子一兩炮裂去皮　訶梨勒一分煨用皮　縮砂半兩去皮作末　蜜一合　棗一百枚去核細切　羊骨髓五兩　白麵二斤　黄牛酥三兩

右搗細羅為麵入諸物同和餡分為八分以溲麵包

裹如常作髓餅入爐上下着火煿則須徹裏過熟氣

日空腹食之一所覺腰腎及膀胱煖則止

羊腎羹方出聖惠方治五勞七傷髓氣竭絶

羊腎一對去脂膜切 肉蓯蓉一兩酒浸一宿刮去皺皮 生薯蕷一兩 羊髓一兩 薤白一握去鬚切 葱白半兩去鬚切 粳米一合

右炒羊腎并髓等欲熟下米并豉汁中五大盞次下蓯蓉更入生薑鹽等各少許煮成羹食之

懷香角子方出聖惠方治五勞七傷陰萎氣乏

蘹香子一兩　木香一兩　巴戟一兩　附子一兩炮裂去皮臍　山茱萸一兩　猪腎一對去脂膜細切　漢椒去目閉口者微炒出汗

右搗為末每對猪腎用藥末二錢入鹽溲麵像肝角子樣修製灰內煨令熟薄茶空腹食之

羊腎羹方　治五勞七傷腎氣不足

羊腎一具去脂膜切　羊肉三兩　嫩枸杞葉細切一升　葱白三莖去鬚切

粳米五兩　生薑切三分

右先炒腎及肉葱白生薑欲熟下水二大盞半入枸

把葉次下米五味等煎作羮食之

羊髓粥方出聖惠方治五勞七傷補虛强志益氣

羊髓三合羊腎一對去脂膜細切葱白三莖去鬚切生薑五錢切粳

米一合肉蓯蓉二兩酒浸一宿刮去皺皮

右以炒腎及葱薑欲熟入水二大盞半次入米五味

等煮作粥食之

葱豉粥方出聖惠方治五勞七傷體熱喘急四肢煩疼

香豉三合葱白切半升羊髓一兩鹽花五錢薄荷三十莖

右以水三盞先煎葱白四物十餘沸下豉汁更煎五七沸去豉入米二合煑為粥空腹温服之

猪腎羮方出聖惠方治五勞七傷乍寒乍熱背膊煩疼羸瘦無力

猪腎一對去脂膜切　生地黄四兩切　葱白一握去鬚切　生薑半兩切

粳米一合

右猪腎煑及葱白欲熟者豉汁五大盞入生薑下地黄及米煎作羮食之

雞方出聖惠方治五勞七傷益下元壯氣每服經月餘肌肉充盛老成少年宜服

黃雌雞一隻去毛羽腸臟　肉蓯蓉一兩酒浸一宿刮去皺皮切　生薯蕷一兩　阿魏少許煉過　粳米二合淘

右先將雞煑爛劈去骨汁下米及雞肉蓯蓉等都煑粥入五味空心食之

肉蓯蓉粥方出聖惠方治五勞七傷久積虛冷陽事都絕

肉蓯蓉二兩酒浸一宿刮去皺細皮　鹿角膠半兩搗碎炒令黃燥為末　粳米

二合 羊肉四兩細切

右煑羊肉蓯蓉粳米作粥臨熟下鹿角膠末以鹽醋五味調和作兩頓食之

蘿摩菜粥方出聖惠方治五勞七傷陰囊下濕癢

蘿摩菜半斤 羊腎一對去脂膜切 粳米二合

右以細切煑粥調和如常法空腹食之

羊腎粥方出聖惠方治五勞七傷羸瘦陽氣不足心神虛煩

白羊腎一對去脂膜切 羊髓二兩 白粳米二合

右相和煮作粥入鹽椒空腹食之

鹿腎粥方出聖惠方治五勞七傷陽氣衰弱益氣力

鹿腎一對去脂膜細切　肉蓯蓉二兩酒浸一宿刮去皺皮切　粳米二合

右以水二盞煮米作粥熟下鹿角膠蓯蓉及葱白鹽椒食之

枸杞粥方出聖惠方治五勞七傷庶事衰弱

枸杞半斤切　粳米二合

右以豉汁相和煮作粥以五味葱白等調和食之

雞肝粥方出聖惠方治五勞七傷陰痿虛弱

雄雞肝一具細切　兎絲子末半兩　粟米二合

右以水二大盞半入五味及葱煑作粥空心食之

猪腎羹方出聖惠方治五勞七傷陰痿羸瘦精髓並竭四肢少力

猪腎一對去脂膜切　枸杞葉半斤切

右用豉汁二大盞半相和煑作粥羮入鹽醋椒葱空腹食之

牛腎粥方出聖惠方治五勞七傷陰痿氣乏

牛腎一對去脂膜筋切 陽起石四兩布裹 粳米二合

右以水五大盞煑陽起石取二盞去滓石下米及腎五味葱白等煑作粥空腹食之

煑羊頭蹄方出聖惠方補五勞七傷虛損

白羊頭蹄一具草火燒令黄色刮去灰塵 胡椒五錢 蓽茇五錢 乾薑五錢

葱白切半升 豉半升

右以水先煑頭蹄半熟內藥更煑令爛去骨空腹適

性食之日食一具滿七日且暫止禁冷生醋滑五辛陳臭猪鷄等七日

治風胎瘦病五勞七傷虛驚悸

用白羊頭一枚煿如食法煑令極熟切於豉汁中五味調和食之

食治骨蒸勞附論

夫骨蒸之病而多異名為瘵皆同一體丈夫以勞損為宗婦人以血氣為本起於腎虛所至故云陰氣不足陽

必湊之血氣不榮骨髓枯竭腎主於骨以先從骨熱故曰骨蒸又大都此病起於無端不問老小男女皆染斯病嬰孩之流傳注更甚其狀心胸煩滿骨節疼痛頰口乾或寒或熱四肢無力毛髮乾焦咳嗽頭疼精神昏悶多卧少起夢與鬼交驚悸不安時時盜汗毒氣傳及五臟日漸羸瘦宜以食治之

方

杏仁粥方出聖惠方治骨蒸煩熱欬嗽

杏仁五錢浸洗去皮尖雙仁水研取汁 生地黄三兩研取汁 生薑一分研取汁 蜜半匙 粳米二合 酥半兩

右先以水煑作粥次入杏仁等及煑令熟不計時食之

牛膝葉羮方出聖惠方 治骨蒸勞背膊煩疼口乾狀熱四肢無力

牛膝葉四兩 龍葵菜四兩 地黄葉四兩 生薑五錢 豉一合半

右先以水五大盞先煎薑豉取汁二大盞半去薑豉

下牛膝葉等煑作羹入少鹽醋調和食之

地黃葉猪腎羹方出聖惠方治骨蒸勞乍寒乍熱背膊煩疼及瘦弱無力

生地黃葉四兩切 猪腎二枚去脂膜切 豆豉一合 葱白三莖去鬚切 生薑一分切

右先以水二大盞煎豉等取汁一大盞半去滓入地黃葉等於汁中煑更入鹽醋米同作羹食之

枸杞葉根方出聖惠方治骨蒸勞肩背煩疼頭痛不能下食

枸杞葉五兩 青蒿葉一兩 葱白一握去鬚切 豉一合

右先以水三大盞煎豉取汁一盞五分去豉下枸杞葉等煑作羮調和食之

地黄粥方出聖惠方 治骨蒸勞瘦日晚寒熱欬嗽唾血

生地黄汁三合 粳米一合 酥半兩

右以水一大盞先煑米欲熟入地黄汁次下酥候下熟温温食之

葱豉粥方出聖惠方 治骨蒸勞煩熱欬嗽四肢疼痛時發寒

熱

豉一合 葱白一握去鬚切 粳米二合

右以水二大盞半煑葱豉取汁一盞半絞去葱豉入米煑粥不計時候食之

酒煑鰻鱺魚方出聖惠方治骨蒸勞瘦及腸風下蟲

右用鰻鱺魚二斤治之如法剉作叚子入鐺內以好酒三大盞熟煑入鹽醋食之

酸棗仁粥方出聖惠方治骨蒸心煩不得眠臥

右用酸棗仁二兩以水二大盞半研濾取汁以米二三合煑作粥候臨熟入地黄汁一合更微煑過不計較時候食之

食治補益虛損於諸肉中蒸煑石英及取汁作食治附論

夫石性甚剛猛利而能榮養陰陽逐氣袪風悅澤顔色但服餌有法功効殊常今則煑鍊取其精華調品成其法膳可安臟腑用補虛羸者爾

方

猪肚煑石英法出聖惠方治虛損凡人年四十已下服二大兩四十五十及至六十已上加二兩常用四月以後服之候接秋氣石力下温其臟補益腰腎得力終無發動

白石英二兩以生絹袋盛都縫合人參一兩去蘆頭生地黄切二兩生薑切一兩葱白切七莖豉半兩羊肉切半斤猪肚一枚淨洗粳米一合川椒四十九粒去目及閉口者

右藥及石英袋並內猪肚中急繫口勿使洩氣以水一斗煮至二升即停出藥肚著盤內使冷然後破之去石英袋訖取肚及汁將作羹服之每年三五度服每服石英依舊餘藥換之分數一依初法

釀猪肚方 出聖惠方 治虛損不足令人肥白悅顏色

猪肚一枚 淨洗 白石英一兩 搗碎 生地黃一合 切 饋飯半兩 紫石英一兩 搥碎與白石英同綿裹 川椒三十粒 去目及閉口者微炒去汗搗末 葱白三莖去鬚切 鹽少許

右拌和諸藥等內猪肚中以麻線縫定蒸令爛熟取出石英細切任性食之

三石猪腎羮方出聖惠方治腎氣不足陽道衰弱

紫石英三兩　白石英三兩　磁石三兩搥碎淘去赤汁　猪腎二對去脂膜切

肉蓯蓉二兩酒浸一宿刮去皺皮切　枸杞半斤切

右先將三石搥碎布裹以水五大盞煑石取二盞半去石著猪腎蓯蓉枸杞鹽醋醬五味末等作羮空腹食之

三石水煑粥方出聖惠方治陰㿉囊下濕或有瘡虛乏無力

紫石英四兩白石英四兩磁石八兩搥碎淘去赤汁

右搥碎布裹以水五大盞煑取二盞去石下米三合作粥食之其石每日煎用之經三箇月即換之

服牛乳方出聖惠方補虛益氣

牛乳五升蓽茇末一兩

右入銀器中以水三升和乳合煎取三升後收瓷盒中每於食前煖一小盞服之

羊肉中蒸石英服餌法出聖惠方治虛損不足

右用精羊肉一斤白石英三兩肉切作兩叚鑚作一孔內石英著肉中還相合即用荷葉裹又將蠟紙裹後又將布裹於二斗米飯中蒸之候熟即出肉却撿去石英後取肉細切和葱椒薑等作羹肉空心食之

石英水煑粥法　治腎氣虛損陰痿周痺風濕肢節中疼痛不可持物

白石英二十兩　磁石二十兩并搥碎

右以水二斗器中浸於露地安置夜即揭盖令得星月氣每日取水作羮煑粥煎茶湯喫皆用之用却一升即添一升服經一年諸風並差氣力强盛顔如童子

葱豉湯出聖濟總録治服乳石因食倉米臭肉發動者

葱白一握切　豉一合

右以水二升煎至升半去滓作常服豉湯服可五六劑差

煨羊腎方 出聖惠方 治虛損脚膝無力陽氣不盛補益

羊腎一對 鍾乳粉一分

右取羊腎切去脂膜分為四片摻令勻却合用濕紙褁煨令熟空腹食之

白石英粥方 出聖濟總錄 治石發

右用白石英五斤擣篩細研三日一乳牛十歲以上時方養犢而羸瘦者每日秤一兩石英末拌豆與食之經七日即可取乳每每朝空服熱飲一升餘者作

糜粥任意食之百無所忌五月上旬起良如急要用則亦不拘此牛糞糞地種菜供服乳人食甚佳一方先研末和牛糞糞地種枸杞牛膝豆菜等食之益人

服乳石後將慎紫餺飥方出聖濟總録

右用好烏豆任多少煑取濃汁以代水入少鹽和麪仍依常法作餺飥還向此豆汁中熟煑可三七沸漉出則添豆汁勿無水熟即出之任意以猪羊肉菉豆等類臛澆食之或作冷淘食亦得和山芋作餺飥益

為佳

麵餅方出聖濟總録治乳石發動

右用新大麥為麵和肉汁作餅食之大凉麵作柳葉條為羮亦佳大麥和黒豆相拌熟蒸任意食春夏服之良冐熱遠行將大麥作餅食之壓石堅飢

油麵餺飥方出聖惠方補虛勞

生胡麻油一升 折粳米泔清一斤

右以微火煎盡泔清乃止出貯之取冷鹽湯二合將

和麪作餺飥煑令熟入五味食之

益腎氣强陽道出本草

右用白羊肉半斤去脂膜切作生以蒜虀食之三日

輒一度甚妙

令人長脂肉肥白出本草

右用豬肉和五味煑食之

食治心腹痛附論

夫心腹者由寒客於臟腑之間與氣血相搏隨氣上下

攻繫心腹而痛臟氣虛邪氣勝停積成疢故令心腹痛也宜食治之

方

蓽茇粥方 出聖惠方 治心中冷氣往往刺痛腹脹氣滿

蓽茇一分 胡椒一分 乾薑一分炮裂剉 檳榔一分 桂心一分 粟米三合

右擣羅為末以水二大盞米煮粥候熟入藥末三錢攪令勻每日空腹食之

桃仁粥方出聖惠方治邪氣攻心腹痛

桃仁二十一枚去皮尖　生地黄一兩　桂心末五錢　粳米三合細研　生薑一分并地黄桃仁以酒三合研絞取汁

右先用水煑米作粥次下桃仁等汁更熟調入桂心末空腹食之

高良薑粥方出聖惠方治心腹冷氣往往結痛或遇風寒及喫生冷即痛發動

高良薑五錢　粳米二合　陳橘皮五錢湯浸去白

右以水三大盞煎高良薑陳橘皮取汁一盞半去滓投米煑粥空腹食之

蓽茇粥方出聖濟總録　治心腹冷氣㽲痛妨脹不能食

蓽茇一兩　胡椒一兩　桂去粗皮三分

右擣羅為麵每服三錢鹽水一椀半入葱一握豉半合先煑葱豉熟去滓次下米三合煑粥將熟入前藥末同煑少頃空腹食之

高良薑粥方出聖濟總録　治心腹積冷結痛

高良薑擣為末半兩　白米三合

右先以水二大升煎高良薑取一升半去滓下米煮熟入五味調和空腹食之

吴茱萸粥出聖濟總録　治心腹冷氣衝脇肋痛

吴茱萸水浸去涎焙乾炒擣末半兩

右先用水二升下米入葱豉同煮熟後下茱萸末一分并鹽少許空腹食之

桃仁粥方　治冷氣心腹痛煩悶及治欬嗽氣喘

桃仁去皮尖雙仁搗以水一升研取汁 粳米三大合

右以桃仁汁煑粥空腹食之

紫蘇子粥方 治冷氣心腹痛煩脹不能下食

紫蘇子一合微炒 桂心末二錢

右搗碎紫蘇子以水二大盞絞濾取汁入米二合煑

粥候熟入桂末食之

椒麵粥方 治久患冷氣心腹結痛嘔吐不能下食

蜀椒去目及閉口者一分炒出汗水浸一宿焙乾為末 白麵三兩

右將椒末於麪内拌勻於豉汁中煑令熟空腹食之

食治腰脚疼痛附論

夫腰脚痛者由腎氣不足受風邪之所為也勞傷則腎虚虚則受於風冷與真氣交爭於腰脚疼痛宜以食治之也

方

食羊蜜方 治虚勞腰痛咳嗽肺萎骨蒸

熟羊脂五兩 熟牛髓五兩 白蜜五兩 熟猪脂五兩 生薑汁五兩

生地黄汁五兩

右將猪羊脂煎一沸次下牛髓又煎一沸次下白蜜生薑地黄汁微火煎不住手攪膏成貯瓷氣中每服一匙許空腹溫酒調下羹粥中服之亦得若食素者以酥代脂髓加麥門冬汁若不能食或多風者加白朮

羊臟羊方　治虛勞腰脚痛

羊肝肚腎心肺各一具湯洗細切　胡椒一兩　蓽茇一兩　豉一合　牛

酥一兩　葱白一握細切

右先以五味相和以水七升慢火煎取五升去滓和羊肝等并汁皆内羊肚中繫肚口别用絹袋盛之煮熟乘熱出切肚食之旋旋服盡藥汁

羊腎餛飩方　治腎氣虛損腰脚疼痛

五味子一兩　山茱萸一兩　乾薑一兩炮裂　川椒去目及閉口者微炒去汗

桂心一兩

右擣細羅為麵每日取羊腎一對去脂膜細切入散

兩錢木臼內杵如泥作餡用和麵捻作餛飩以水熟煮和汁食之

羊脊骨羹方　治腎氣虛冷腰脚疼痛轉動不得

羊脊骨（一具搥碎以水一斗煎取五升）　羊腎（一對去脂膜切）　羊肉（二兩細切）　葱白（五莖去鬚）　粟米（二兩）

右炒腎肉斷血即入薑葱五味然後添骨汁入米重煮成羹空腹食之

豉酒方　治下膲風濕腰脚疼痛行履無力

豉（二合）薤白（一握切洗去滑）附子（半兩炮裂去皮臍杵末）川椒（五十粒去目及閉口）

右相和炒至薤熟投於三升酒中更煎四五沸每取一小盞攪粥食之

猪腎粥方　治腎虛氣勞損腰膝疼行動無力

猪腎（一對去脂膜切）米（三合）葱（少許）薑（少許）

右以豉汁一升半煑粥入五味并酒調和如常法空腹食之

又枸杞羊腎粥方　治陽氣衰腰脚疼痛五勞七傷

枸杞葉一斤　羊腎一對細切　米三合　葱白十莖

右細切加五味煑粥如常法空腹食

羊脊骨羹方　治腎臟風冷腰脚疼痛轉動不得

羊脊骨一具搥碎　葱白四莖去鬚切　粳米四合

右以水七大盞煎骨取汁四大盞漉去骨每取汁二大盞入米二合及葱椒鹽醬作羹空腹食之

猪肚炙方　治下膲風冷腰脚疼痛轉動不得

猪肚一枚湯洗　酒一升　附子半兩炮去皮臍杵末

右以椒葱鹽醬并酒附子末拌和煑亦作肉炙熟空腹食之兼飲酒一兩盞勿令過度

生地黄鷄方　治腰背痛骨髓虚不能久立身重氣乏盜汗少食時復吐利

生地黄八兩　飴糖五兩　烏鷄一隻

右先將鷄去毛皮及腸臟細切地黄與糖相和内鷄腹中銅器貯之復置甑中蒸飯熟藥成取食之勿用

鹽醋食肉盡即飲銅器中藥汁

桂心酒粥方　治腎臓虚冷腰脚疼痛不可忍

桂心半兩末　好酒一升

右煖酒和桂心末空腹分為二度攪粥食之

梅實仁粥方　治腰脚疼痛不可轉側

梅實仁半兩研極細　米二合

右煮米令半熟即下梅實仁相和攪令匀候熟空腹食之

婆羅粥方　治腎臟風冷腰脚疼痛

牛膝一兩去苗剉碎酒浸一宿　白麵四兩

右將牛膝於麵中拌作婆羅粥煑熟十沸漉出則以熟水淘過空腹頓食之

白羊腎羮方　治久積虛損陽道虛弱腰脚無力

白羊腎一對去脂膜切　肉蓯蓉一兩酒浸細切

右相和入葱白鹽醬椒煑作羮如常法空腹食

食治脾胃氣弱不下食附論

夫脾胃者位居中宮象夫土也土生萬物四藏令口其氣故云人之虚者補之以味味以行氣氣以實志言滋形潤神必歸於食莊子云納滋味百節肥焉脾養肌肉脾胃氣弱即不能消化五穀氣虚弱則腸鳴泄痢既多則諸藏氣竭肌肉消瘦百病輻湊宜以飲食和益脾胃之氣滋潤臟腑養於經脈祛疾之甚可謂上醫故千金云凡欲治病先以食療既食療不愈後乃用藥爾

方

醸羊肚方 治脾胃氣弱不能下食宜食

羊肚一枚治如常法 羊肉一斤細切 食茱萸半兩末 人參去蘆頭搗末一兩 陳橘皮一兩湯浸去白穰焙 胡椒末一分 肉豆蔻一枚去殼用末 乾薑末半兩 生薑一兩切 葱白二十七莖切 粳米五合淘 鹽末半兩

右取諸藥末拌和肉米葱鹽等内羊肚中以麄綫繫合勿令洩氣蒸令極熟分三四度空腹食之和少醬

醋無妨

羊肝餺飥方 治脾胃氣弱不能飲食四肢羸瘦

白羊肝一具去筋膜細切 肉豆蔻一枚去殼末 乾薑一分炮裂末 食茱萸一分末 蕪荑仁二分末 蓽撥一錢末 薤白一合切

右先炒肝薤欲熟入豆蔻等末鹽湯溲麵作饆饠爐裹熟每日空腹食一兩枚極效

蓴羹方 治胃氣弱不下食四肢無力漸羸瘦

蓴菜四兩 鯽魚紙裹燒熟去鱗切四兩 陳橘皮湯浸去白 生薑一兩 葱白十四莖破 羊骨一斤㪣汁去骨

右先將五味就羊骨汁中作羹空腹食之

豆蔻餅蒸方 治脾胃氣弱食即吐嘔逆

草豆蔻仁二枚煨 高良薑細剉半兩 生薑汁二合 羊肉四兩炒臛 麪四兩

右入麪溲乾即便入黄牛乳調看稀稠得所灌入藕中逐竅令滿即於甑中蒸熟每飯後或臨卧時少少食之

鹿髓煎方出聖惠方

鹿髓五錢 蜜三合 酥三合 生地黄汁四合 杏仁三兩 桃仁三兩同杏

仁各湯浸去皮尖雙仁研碎以酒浸絞取汁一升

右煎地黃杏仁桃仁等汁鹿髓酥蜜煎如稀餳収瓷盒中每取一匙攪粥半盞不計時候食之

杏仁粥方出聖惠方治肺氣療虛羸喘息促急欬嗽等

杏仁二十一枚湯浸去皮尖雙人研碎以三合黃牛乳絞取汁　棗七枚去核　粳米二合

桑根白皮二兩剉　生薑一分切

右以水三大盞先煎桑根白皮棗薑等取汁二盞將米煑粥臨熟入杏仁汁更熟五七沸不計時候食之

藥棗方（出聖惠方）治積年欬嗽不差

棗（七枚擘破）酥（一雞子大）莨菪（一錢水淘二遍）

右鐺中炒令酥盡去莨菪取棗去皮食之良日三五服一方無莨菪

藥餅方（出聖濟總錄）治多年肺氣欬嗽

羊子肝（一枚分為四片）麝香（末二錢）膩粉（一錢）

右和麪裹燒熟空腹食之時以冷水更換浸兩手良久即住來日早晨轉下惡物有蟲如頭髮相似為驗

猪脏方出聖惠方治上氣欬嗽胸膈煩滿氣喘

猪脏一具細切生地黄六兩搗破餳四兩

右先以炒猪脏即下地黄薑葱鹽豉候熟下湯以瓷器盛每日喫半盞許

食猪腎方出聖濟總録治久欬嗽不差

猪腎二具每具上作十四孔蜀椒十八粒内腎孔中去目及閉口者二

右以濕紙裹煨令匀熟去椒細嚼食之

猪脏酒方出聖惠方治肺氣欬嗽上氣久不差

猪胆細切二具　大棗去皮核三十枚

右以無灰酒三升同浸秋冬七日春夏三日布濾去滓隨意温服

杏仁餳粥方出聖惠方治上氣欬嗽

稀餳三合　杏仁二兩湯浸去皮尖雙人麩研成膏

右相和得所每取一匙攪粥半盞不計時候食之

又方出聖惠方

生薑汁五合　沙糖五兩

右煎令相和每服一匙攪粥半盞不計時候食之

醍醐方出聖惠方治一切肺病欬嗽唾濃血不止

右用真酥不拘多少煉三次取醍醐每服一合差中邪風皮膚瘙痒溫酒調服

治欬嗽久不差出聖濟總錄

右用猪胵一具薄切入竹筒於糠火中炮令極熟食飯後喫之

治勞瘦溫中補不足咳嗽出本草

右用蘿蔔和羊肉鯽魚煑食之

食治眼痛附論

夫目者肝之官肝藏於血榮養於目腑臟勞傷血氣俱虛不能榮養於目故目暗也若風熱之氣在於臓腑虛實不調故上衝於目則令赤痛久不能差變生膚翳者眼睛上有物如蠅翅是也宜以食療之

方

竹葉粥方出聖惠方治膈上風熱頭目赤痛目視䀮䀮

竹葉五十片洗淨 石膏三兩 沙糖一兩 淅粳米二兩

右以水三大盞煎石膏等三味取二盞去滓澄清用

煑粥熟入沙糖食之

猪肝羮方出聖惠方治肝臟虛弱遠視無力補肝

猪肝一具細切去筋膜 葱白一握去鬚切 鷄子三枚

右以豉汁中作羮臨熟打破鷄子投在内食之

蔓菁子粥方出聖惠方補中明目利小便

蔓菁子二合 粳米三合

右擣碎入水二大盞絞濾取汁著米煑粥空心食之

蓮實粥方出聖惠方益耳目聰明補中强志

嫩蓮實五錢去皮細切　粳米三合

右先煑蓮實令熟次以粳米作粥候熟入蓮實攪勻熟食之

蒼茸子粥方出聖惠方治目暗耳鳴

蒼茸子半兩　粳米半兩

右擣蒼茸子爛以水二升絞濾取汁和米煑粥食之

或作散煎服亦佳

青羊肝方 出聖惠方

右用青羊肝一具細切水煑漉乾以鹽醬醋調和食之立見效

又方 出聖惠方

右用葱子半升炒熟擣細羅為散每服用一匙以水二盞煎取一盞去滓下米煑粥食之

馬齒實拌葱豉粥方 出聖惠方 治青盲白翳明目除邪氣利

大腸去寒

右用熟馬芽實一斤擣為末每服一匙煮葱豉粥和匀攪食之馬齒莧作羮粥喫並明目極佳

烏鷄肝粥方出聖惠方治肝臟風虛眼暗

右用烏鷄肝一具細切以豉汁中和米作羮粥食之

兎肝粥方出聖惠方治目暗青盲明目

右用兎肝一具細切以豉汁中作粥空腹食之以效驗為度

梔子仁粥方出聖惠方治熱發眼赤澀痛

右用梔子仁一兩擣為末為四分每服用米三合煑為粥臨熟時下梔子末一分攪勻食之

鷄頭實粥方出聖惠方益精氣强志意聰明耳目

右用鷄頭實三合煑令熟去殼研如膏入粳米一合合煑粥空腹食之

食治耳鳴聾附論

夫耳鳴耳聾者腎為足少陰之經而藏精其氣通於耳

耳宗脉之所聚若精氣調和則腎氣强盛五音分時若勞傷血氣兼受風邪損於腎藏而精氣脱則耳聾也血氣不足宗脉則虚風邪乗虚隨入耳中與氣相擊則為耳鳴也

方

猪腎粥方（出聖惠方）治腎臓氣憊耳聾

獖猪腎（一對去脂膜切）　葱白（二莖去鬚切）　人參（一分去蘆頭末）　防風（一分去蘆頭末）　粳米（二合）　薤白（七莖去鬚切）

右將藥末并米葱薤白著水下鍋中煮候粥臨熟撥開中心下腎莫攪動慢火更煮久入五味空腹食之

羊腎羹方 出聖惠方 治耳聾耳鳴

羊腎一對去筋膜細切 生山芋四兩去皮 葱白一握擘破 生薑一分細切

右作羹如常法食之空腹飲

菖蒲羹方 出聖濟總錄 治耳聾耳鳴如風水聲

菖蒲二兩米泔浸一宿剉焙 猪腎一對去脂膜及筋細切 葱白一握擘破 米淘三合

右以水三升半煑菖蒲取汁二升半去滓入猪腎葱白及五味作羮如常法空腹食

人參粥方出聖濟總録 治耳聾耳虚鳴

人參一合末 防風去叉為末一分 磁石二兩搗碎綿裹 猪腎一對去脂膜細切

右先將磁石於銀器中以水一斗煑取三升入猪腎及粳米五合如常法煑粥候熟入前二味更煑數沸空腹服

磁石羊腎粥方 出聖濟總錄 治耳聾養腎藏强骨氣益精髓除煩熱

磁石 半斤搗碎淘三徧綿裹置器中 羊腎 一對去脂膜研爛 米 三合

右用水五升先煑磁石取汁二升去磁石下羊腎及米煑粥臨熟入酒一合調和如常法空腹食

猪腎羮方 出聖濟總錄 治耳聾耳鳴如風水聲

猪腎 去筋膜細切一對 蜀椒 去目及閉口者炒出汗三十粒 陳橘皮 半分洗切

右用五味汁作羮空腹服

鹿腎粥方出聖惠方治耳聾補腎氣

鹿腎一對去脂膜研爛　米三合

右於豉汁中五味調和煑粥如常法空腹食

磁石腎羮方出聖惠方治久患耳聾養腎臟强骨氣

磁石一斤搗碎水淘去赤汁綿裹　猪腎一對去脂膜細切

右以水五升煑磁石取二升去磁石投腎調和以葱豉薑椒作羮空腹服之作粥及入酒並得磁石常用煎之

白鵝膏粥方出聖惠方治五臟氣壅耳聾

白鵝脂二兩 粳米三合

右和煮粥調以五味葱豉空腹食

烏鷄脂粥方出聖惠方治耳聾久不差

烏鷄脂一兩 粳米三合

右相和煮粥入五味調和空腹食之烏鷄脂和酒飲亦佳

鯉魚腦髓粥方出聖惠方治耳聾不差

鯉魚腦髓二兩 粳米三合

右煮粥以五味調和空腹食之

乾柿粥方出聖惠方治耳聾及鼻不聞香

乾柹三枚細切 粳米三合

右於豉汁中煮粥空腹食之

食治三痟附論

夫痟渴者有三般一者痟渴二者痟中三者痟腎若飲水多者小便又少名曰痟渴若喫食多不甚渴小便數

消瘦名曰痟中若渴飲水不絶甚者腿膝瘦弱小便渴者有脂液名曰痟腎此蓋由積久嗜食鹹物炙肉飲酒過度皆成痟渴然大寒凝海唯酒不冰明其酒性酷熱物無以喻如此之味酒徒躭嗜不離其口酣醉已後制不由己飲啖無度加以醋醬不擇酸鹹積年長夜酣飲不休遂使三膲猛熱五臓乾燥木石猶且燋枯如何人能不渴治之愈不愈屬在病者若能如方節慎旬日而瘳不自保惜死不旋踵方雖效驗其如不慎者何其所

慎者有三一酒二房三鹹食熱麵能慎此者雖不服藥自可無他不知此者縱使金丹玉粒亦不可救矣良可悲夫宜深思之令以飲食調治以助藥力也

方

羊肺羹方　治三痟小便數

羊肺一具如食治　精羊肉五兩切　粳米半合　葱白五莖　生薑少許

鹽　醋各少許

右相和依常法作羹飽食之

治痟渴飲水不止方

黄丹三分 菰𦼮根末一两 葱白切一握 白麪五两 薤白切一握

右黄丹等末水和麪溲餺飥先煑葱薤白令爛熟即內餺飥煑之令熟即并汁食之

羊骨湯方 治痟渴

羊脊骨一具連喉者 豉一升 白粟米一升 薤白切一握

右各分作兩處煑每度用水六升煑至三升去滓渴即温汁量意飲之以差為度

杏酪粥方　治三痟心熱氣逆不下食

杏酪一升煎極濃　黄牛乳一升　大麥二合折令細滑

右依常法煑粥食之入餳沙糖和之更大美也

藕實羮方　治痟渇煩燥狂言目眩

藕實半斤去皮　薄荷一握　蓴菜半斤

右於豉汁中作羮入五味食之

煑兎方　治痟渇神效

兎一枚　新桑根白皮半斤細剉

右剥兎去皮及腸胃與桑白皮同煮爛熟為度盡力食肉并飲其汁即効

麥豆方　治痟渴

大麥仁半斤水浸　菉豆半斤退去皮

右淨淘於星月下各貯一鐺中用水二升慢煑熟次取菉豆過麥仁鐺中同煑令爛并汁收在瓷瓶內渴即飲後仍喫三兩匙麥仁綠豆尤妙

藕蜜漿方　治痟渴口乾心中煩熱并散積血

生藕去皮節切 鍊蜜各半斤

右新汲水一升半化蜜令散內藕於蜜中浸半日許渴即量意食藕并飲汁

菰蘓根羮方 治痟渴口乾心神煩燥

菰蘓根生嫩者洗細切 冬瓜去瓤細切各半斤

右以水六升入鹽豉半升煎至五升去豉下前二味入醋作羮分三度食之

菰蘓粉方 治痟渴

右用菰蔣根多取削去皮於新瓦中磨訖以水淘生細絹袋擺如造米粉法曝乾熱渴時冷水調下一錢許服之大效二月三月八月九月造佳用田螺活者要一升水一斗煑至二升不問食前後稍稍飲汁又一方用田螺五升水一斗半浸經宿渴即飲汁每日須一度易水并螺一方用米一合煑作粥食之

鹽豉飲出聖惠方治痟渴

右用濃煎鹽豉汁停冷渴即飲之

又方出聖濟總録

右用粟米炊飯頻食之佳

又方出聖惠方

右用大麥仁炊飯或煑粥食之佳小麥亦得水淘食之良

又方出聖濟總録

右用青小豆淨淘煑粥食之和飲食亦得

又方出聖惠方

右用牛乳飲一小盞馬乳亦得生飲令人利熟飲令
人渴

蒸鹿頭方　治痟渴口乾

右用鹿頭一具治如食法蒸熟以醬醋食之

黄雌鷄粥方　治痟渴口乾小便數

右用黄雌鷄一隻治如食法爛煑取肉隨意食之其
餘汁和豉作粥食之亦妙

生蘿蔔粥方　治痟渴發動無時飲水不足

右用蘿蔔五枚擣捩取汁一大盞攪粥作飲頻吃甚有效

野鷄肉汁方　治消渴舌燋口乾小便數

右用野鷄治如食法以水五大盞煑取三大盞渴即旋取汁飲之肉任性食

菉豆汁方　治痟渴小便如常

右用菉豆二升淨淘用水一斗煑爛研細澄濾取汁於早晚食前各服一小盞如覺小便濃即差

胡豆汁方　治痟渴

右用胡豆二合煮取汁勿用鹽隨意食之

粱米粥方　治痟渴及吐血心悶

右用青粱米半升淨淘粳米亦得以水三升煮稀粥時飲之以差為度爛研取淋飲之亦可

葵蘸汁方　治痟渴心悶

右用葵一束洗湯内畧煮過别煮粟米汁如常醃蘸法候熟渴即飲汁以差為度

地黄花粥方　治痟渴

右用地黄花陰乾擣羅為末每用粟米兩合淨淘煑為粥候熟入末三錢半攪勻更煑令沸任意食之

普濟方卷二百五十八